VIVIR [+] DOMINICAL
EDICIÓN #078 | 13 DE JULIO DE 2014

DISEÑO 'AL FRESCO': los muebles de patio

turismo
De safari por Botsuana

actualidad
El cambiante concepto de decencia en la era del exhibicionismo digital



La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

@revistavivirmas



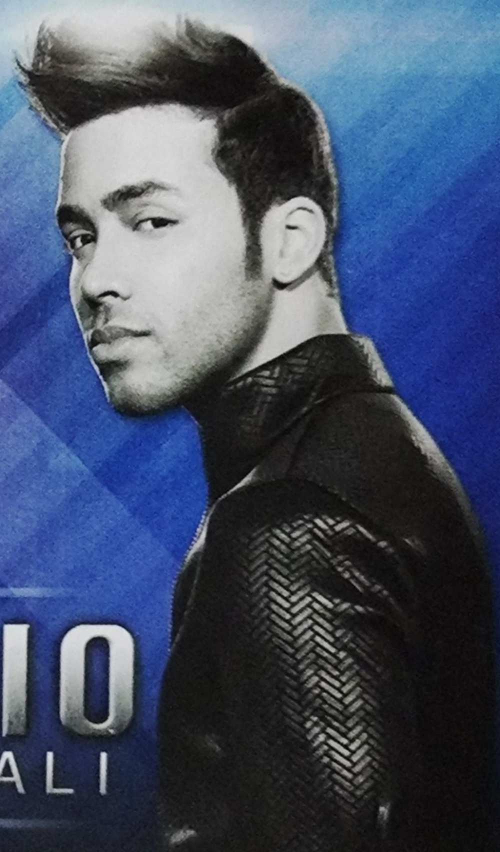


BAC | CREDOMATIC

presentan a

DON OMAR PRINCE ROYCE





19 DE JULIO
PLAZA FIGALI

Por Panamá
Joey Montana

Boletos a la venta en
www.tuboleto.com
Desde $20

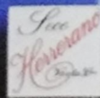




@magicdreamsinc

Patrocinan







Invitan









ANIMALE PARFUMS

Produce



Aplican los siguientes cargos: 7% ITBMS, 5 % de SPAC y $5.35 de cargos por servicio.

A.v. 916901



En el Parque Nacional de Chobe hay gran cantidad de depredadores, además de impalas, búfalos, cebras y jirafas, entre otras especies, que lo hacen muy atractivo para el turismo de observación de vida silvestre.

DE SAFARI POR BOTSUANA | Pág. 14



en la portada

FOTOGRAFÍA *Fotolia*
CONCEPTO *Vanessa Crooks*

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Presidente LUIS NAVARRO LINARES
Directora LOURDES DE OBALDÍA
Director Asociado ROLANDO RODRÍGUEZ B.
Subdirector y editor ejecutivo FERNÁN MOLINOS
Subdirectora MÓNICA PALM

Editor
TAMARA DEL MORAL
Redactores
ANAXIMENA ESQUIVEL OLMOS
OSCAR CASTAÑO
MELISSA PINEL Z.
Editor General Gráfico
RICARDO J. BERMÚDEZ
Diseño Editorial
VANESSA CROOKS
DENIA RODRÍGUEZ

Fotografía
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
Colaboradores
LUPITA HUMBERT
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
Corrección
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
Producción
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

Gerente General JUAN CARLOS PLANELLS
Gerente de Mercadeo SUDY SALENCE
Gerente de Publicidad ISMARÍ PIMENTEL
Departamento Comercial
Teléfonos para ventas: (507) 323-7400 / (507) 323-7283
Correo electrónico: ventas@prensa.com

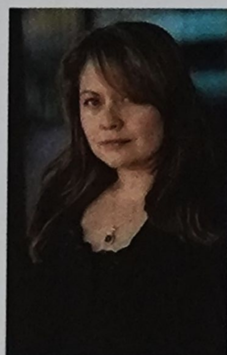


¿Qué tienen en común decorar la casa, viajar a África y preparar, mantener y enviar una selección nacional de fútbol al Mundial? Representan inversiones. Y cuando se trata de invertir, es importante tener réditos, ya sea lograr un objetivo, la satisfacción o realización personal, o beneficios en términos monetarios, en un plazo determinado. En la compra del mobiliario para una terraza o patio, hay que tomar en cuenta no solo el presupuesto y los gustos, sino también los materiales que más convienen según el lugar, el espacio disponible y el tipo y costos de mantenimiento. Por otro lado, un safari para ver animales silvestres en África, además de ser una gran inversión, es toda una experiencia de vida. Y en cuanto al fútbol, que concita a millones de aficionados alrededor del mundo y cuya cita máxima, el Mundial de la FIFA, culmina hoy, también conlleva sus finanzas en lo que respecta a los equipos participantes, valor que, a veces, no justifica los resultados. Estos son algunos de los temas que abordamos en esta edición.

Y como las redes sociales siempre generan polémica, Olga de Obaldía se ocupa de analizar el proceso global de cambios de códigos sobre los conceptos de 'decencia' y los comportamientos que se vienen dando desde hace algún tiempo en internet. Les invitamos a leer también nuestras secciones de Mascotas y Televisión. Que pasen un excelente domingo y disfruten la final del Mundial.

Saludos,

[+]



EDITORA
Tamara Del Moral
tdelmoral@prensa.com



Síguenos en Instagram
@revistavivirmas

GLOBAL BANK
Primero la gente

DAYDREAM PRODUCTIONS

UN NUEVO MUSICAL

Rapunzel

Dirigida por **BRUCE QUINN**

Libreto y Música:
Juan Carlos Adames
Director Musical:
José Pepe Casís
Coreografías:
Maryelín Barahona

Con las actuaciones de:
Paulette Thomas - Giovanni Scollo
Fabiola Sánchez - Hugo Victor Rodríguez
Ricardo Martino - Lucía Moreno
Presentando a: Ana Grethel Solís

Producción: Juliette Roy y Gina de Cochez

Av.913712

Teatro En Círculo

del 4 al 26 de Julio, 2014

Información: 6614-4341 - daydreampty@gmail.com

Boletos de Venta en Novey Costa del Este, Paitilla, Calle 50 y taquilla del teatro



Amoblar el hogar es una inversión. En todo caso, la decoración dependerá no solo del presupuesto con que se cuente, sino también del espacio, los gustos de sus residentes y la funcionalidad.

Cuando se trata de decorar espacios exteriores, como una terraza, patio o área de piscina, se deben escoger muebles duraderos y resistentes al clima local. Es posible encontrarlos en una gran variedad de estilos y materiales, pero en el caso de Panamá, hay que considerar que sean resistentes a la humedad, la lluvia, el viento, los rayos ultravioleta del sol que pueden causar daños permanentes, y hasta el salitre si se trata de una casa de playa.

Si está en el proceso de redecorar su patio, quizás deba comprar sillas, mesas u otro mobiliario, ya sea de mimbre, aluminio, madera, plástico, etc. Es importante que tome en cuenta qué tipo de muebles marcan un balance entre lo práctico y la expresión de su personalidad.

Antes de invertir

En general, los muebles de patio están diseñados para soportar, hasta cierto grado, el desgaste por los elementos de la naturaleza. Aun así, hay algunos materiales que son más resistentes que otros.

sigue [+]

Diseño 'al fresco': *los muebles de patio*

El patio es la base del espacio exterior de la residencia. Debe estar amoblado y ser atractivo. Para decorarlo, considere las cualidades que busca, ya sea una opción económica, si quiere que sea ecológico, qué elementos le llaman la atención... Cuando tenga las respuestas, podrá invertir en una decoración que le satisfará por años.

Anaximena Esquivel Olmos • aesquivel@prensa.com



Escogiendo entre los mejores. Hay una variedad de opciones en materiales, precios y estilos. Busque calidad, comodidad, sofisticación y un precio acorde con su presupuesto.

MCT DIRECT | FOTOLIA





Hierro forjado. *Es capaz de satisfacer su deseo para un espacio externo elegante y relajante.* MCT DIRECT

AMOBLAR SU CASA ES UNA INVERSIÓN. SI INVIERTE EN MUEBLES DE CALIDAD, AHORRARÁ DINERO. LOS MUEBLES DE EXTERIORES SON FLEXIBLES Y LIGEROS.

[+]

El plástico puede durar varios años y es una opción atractiva para aquellos que se ajustan a un presupuesto. Tome en cuenta que hay plásticos que soportan mayor peso que otros.

Algunos tipos de madera son más resistentes al agua, la putrefacción, los insectos y el daño del sol, pero recuerde que la madera requiere más mantenimiento que otros materiales manufacturados. El mimbre sintético es una opción popular; el metal es más duradero, pero también requiere cuidado; el hierro forjado, por ejemplo, puede durar décadas.

Angelee Barrancos, diseñadora de interiores de BYM Design, aconseja que a la hora de elegir los muebles hay que considerar dos factores: el tamaño del patio o la terraza y el de su familia.

Si el patio es pequeño, prefiera un juego que tenga una mesa redonda. Si su familia es numerosa, las mesas rectangulares son más cómodas.

Busque los muebles de patio que sean fuertes y luzcan frescos y atractivos a pesar de la exposición a elementos de la naturaleza, también que sean fáciles de mantener.

Investigue las características de cada material, evaluando sus ventajas e inconvenientes. Algunos serán más resistentes al viento o la lluvia, mientras que otros durarán más en el calor. También debe tomar en cuenta el espacio de almacenamiento, su funcionalidad y peso, la rigurosidad y costos del mantenimiento, y cómo quiere que luzca el patio.





Rústico. *Los juegos de madera [illegible]na opción popular para los patios, sobre todo si son de pino, cedro o teca.*

Aluminio, ligero y práctico

El aluminio es ligero, permite diseños estilosos, es fácil de limpiar, no se destiñe ni se oxida, ni pierde sus formas en temperaturas extremas. Puede resistir climas intensos, y si su gusto es urbano o más moderno, los muebles de aluminio son perfectos para usted. Pero recuerde que no es tan fuerte como el hierro. Dependiendo del diseño, el aluminio se deforma rápidamente y, aunque puede moldearse a su forma original, no tendrá la misma fuerza.

Busque siempre aquellas piezas con un revestimiento especial impermeabilizante. Los muebles de aluminio pueden limpiarse con agua y jabón, y al aplicarle cera para carros logrará que luzcan como nuevos. Desafortunadamente, es un material más costoso que otros, pero considere que es anticorrosivo y puede sobrevivir períodos extendidos.

Metal

Cuando los muebles de metal se oxidan, se debilitan y se resquebrajan. Otra desventaja es que se calientan mucho si se exponen al sol directo. Sin embargo, el hierro forjado es un material duradero y resistente al desgaste, que se hizo popular en el siglo XX por ser el metal preferido de los herreros. Solo requiere cuidado para prevenir que se oxide. Después de un tiempo perderá su brillo. Para lograr recuperar su esplendor, límpielo con una mezcla de agua tibia y jabón. Si nota alguna mancha u óxido, tendrá que lijarlo y repintarlo.

Una ventaja del hierro forjado es su peso, sobre todo para las casas de montaña donde hay mucha brisa. Los diseños en hierro forjado varían de tradicional a contemporáneo, y lucen mejor en un ambiente formal o clásico.

Madera

El tiempo ha demostrado que los juegos de madera soportan la lluvia y humedad, son fáciles de limpiar, no se oxidan ni pierden su forma en temperaturas extremas. Los más populares son los de pino, cedro, teca o de secoya. El cedro, por ejemplo, repele mosquitos y otros insectos.

Los muebles de madera deben tener un sellante protector aplicado para que resistan la humedad y no se agrieten ni se pudran. La madera tiende a ser más duradera, alcanza los 50 años, y tratarla con aceites especiales y sellantes incrementa su vida significativamente. Otra ventaja es que no se calienta tanto al sol como el plástico y el metal.

Plástico

Cuando esté considerando calidad y un presupuesto para sus muebles de patio, el plástico es una buena alternativa. Es relativamente económico y resistente al clima. Los muebles plásticos no absorben la

sigue [+]

CUANDO DISEÑA UN PATIO GRANDE, PUEDE LOGRAR UNA ATMÓSFERA MÁS DINÁMICA AL CREAR PEQUEÑOS AMBIENTES QUE SIRVAN UN PROPÓSITO, COMO UN ÁREA PARA COMER, PARA CONVERSAR Y OTRA PARA LOS NIÑOS.



[+]

humedad y no requieren mantenimiento porque son fáciles de limpiar. Para quitarles el polvo solo necesita agua y jabón. Además, son fáciles de almacenar.

Otra ventaja es que el plástico puede ser moldeado y pintado en cualquier diseño, siendo ideal para aquellos que buscan algo diferente. No obstante, quizás no es la opción más elegante y no dure tanto como los muebles de otros materiales.

EL TIPO DE MUEBLE QUE ESCOJA DEFINIRÁ CÓMO SE USARÁ CADA ESPACIO. ES PREFERIBLE INVERTIR EN AQUELLOS QUE DURAN VARIOS AÑOS.



Ambientes. *Con el mantenimiento adecuado, el hierro forjado puede resistir mucho tiempo. Tome en cuenta sus mascotas antes de decidirse por un material.* MCT DIRECT



El mimbre

Unir ramillas de mimbre para fabricar distintos artículos es una técnica que se ha usado durante miles de años por diferentes culturas. Las tumbas de los faraones contenían canastas, cajones, sillas y baúles de mimbre.

Hoy día se emplean, además, ratán, bambú y bejuco para elaborar muebles, sillas, mesas y accesorios. Las colecciones para exteriores también incluyen cada vez más materiales sintéticos para incrementar su resistencia al clima y durabilidad.

Zuleima Díaz, asistente de ventas de Tempo Design, explica que los muebles de ratán se usan mucho en las casas de playas y exteriores, ya que es un material resistente y liviano. El mimbre de polietileno es una resina sintética 100% reciclable y no tóxica. Es una alternativa al plástico y al mimbre de PVC. Su cuidado no exige mucho, basta con agua y jabón para de-

sempolvar. Díaz aclara que debido a que el mimbre natural es muy costoso, el ratán sintético economiza el producto y lo prolonga.

Angelee Barrancos añade que los mejores muebles para Panamá son aquellos duraderos y resistentes al sol y agua constante. Por eso recomienda los muebles de ratán, ya que el plástico se deteriora con el sol y la humedad.



El mimbre sintético. *Para lograr que irradie lujo exótico se puede combinar con fibras orgánicas como algodón, seda, lana o cáñamo.* FOTOLIA

Cuidados y recomendaciones

Independientemente de su material, a medida que cambian las estaciones del año, los muebles se ven afectados, sobre todo si pasan tiempo en el exterior. Con algunas simples medidas se puede evitar su deterioro prematuro:

• Cúbralos para protegerlos de la lluvia. Si no consigue forros especiales con las medidas para sus muebles, puede comprar material polivinilo.

• Es importante limpiar los muebles del polvo y restos de basura (comida, hojas, etc.). Si no lo hace, la pintura o el barniz no durará.

• Recuerde que tratar los muebles con cera, aceite, sellante o algún tratamiento anticorrosivo incrementará su vida útil.

• Cuando compre los muebles para su terraza o patio, considere el tipo de mantenimiento que requerirá, si lo podrá hacer usted o si tendrá que llamar a alguien que lo haga. Es importante incluir los costos en los que puede incurrir para luego tomar una decisión. También es prudente guardar el recibo de compra y pedir la garantía en caso de que la ofrezcan.

• En cuanto a la limpieza y el cuidado de sus muebles, también tome en cuenta si tiene animales antes de decidirse por algún material.

• Compre muebles de patio que quepan en el espacio que usará. Si son muy grandes para el espacio disponible, no le permitirán caminar libremente, y si son muy pequeños, los muebles harán que el patio se vea vacío e incompleto.



Complementos. *Las lámparas crean un ambiente diferente.* MCT DIRECT

• Analice cómo se está usando el espacio actualmente. Mantenga los pasillos y patrones de tráfico libres, y donde están las puertas que el área sea libre y accesible.

• Coloque su sofá o mueble más alargado contra la pared o el balcón. Una vez lo tenga ubicado, puede trabajar basado en su posición.

• Las sillas del patio deben colocarse al lado de la pieza más larga para permitir la conversación.

•Ubique mesas pequeñas donde podrá poner un vaso de té frío y su revista favorita de los domingos. Coloque las mesas como las colocaría dentro de su casa.

• No se olvide de la iluminación y de los accesorios, incluyendo plantas, adornos y almohadones para agregar un toque de color.

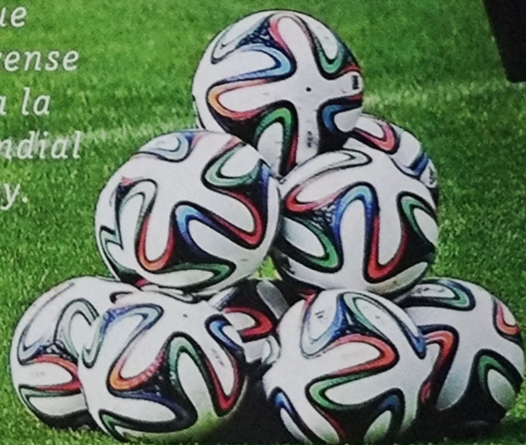
La selección nacional de fútbol de Costa Rica solo cuesta 28 millones de dólares, la misma suma asignada a Cristiano Ronaldo por sus servicios anuales en el Real Madrid. Es también el valor del pase del brasileño Fernandinho, mediocampista recio e inmune a las tarjetas amarillas. Un número algo cercano a la supuesta coima pagada entre dos gobiernos y por la cual se adelanta un proceso penal en el Tribunal de Nápoles. Pero son 28 millones de dólares que en nada le hacen justicia a la campaña cumplida por los costarricenses en el Mundial de Brasil.

La consultora Pluri -firma brasileña experta en análisis financieros deportivos- tasa el precio de los equipos participantes en el Mundial. En una barra paralela presenta el *ranking* de las selecciones, según la suma de cláusulas de rescisión, y en esa lista aparece Costa Rica en el último lugar con 79 millones de dólares. En otro escalafón de Pluri se clasifica a los representativos de Brasil 2014 de acuerdo con el precio promedio por jugador. En la casilla 32 está la Selección de... Costa Rica. El valor por futbolista es de 900 mil dólares.

La única tabla relativa a dinero que exime al combinado tico del último lugar concierne al salario anual de los técnicos. La página

Un sencillo análisis de los números en frío revela que los 28 millones de dólares que cuesta la selección costarricense en nada le hacen justicia a la campaña cumplida en el Mundial de Brasil, que culmina hoy.

Oscar Castaño • ocastano@prensa.com







Expectativas. *Fanáticos celebran el desempeño del equipo centroamericano. Derecha: El italiano Fabio Capello, director técnico de Rusia, encabeza el tablero de salarios de los estrategas, con 9.6 millones de dólares.* AP PHOTO

La más barata, pero la más valiosa

Resultado. La selección de Costa Rica tuvo la actuación más brillante de su historia en mundiales: llegó a los cuartos de final en Brasil 2014, con dos victorias y tres empates, y se fue como la menos goleada, con solo dos en contra. La dirigió el colombiano Jorge Luis Pinto. AFP | REUTERS | AP

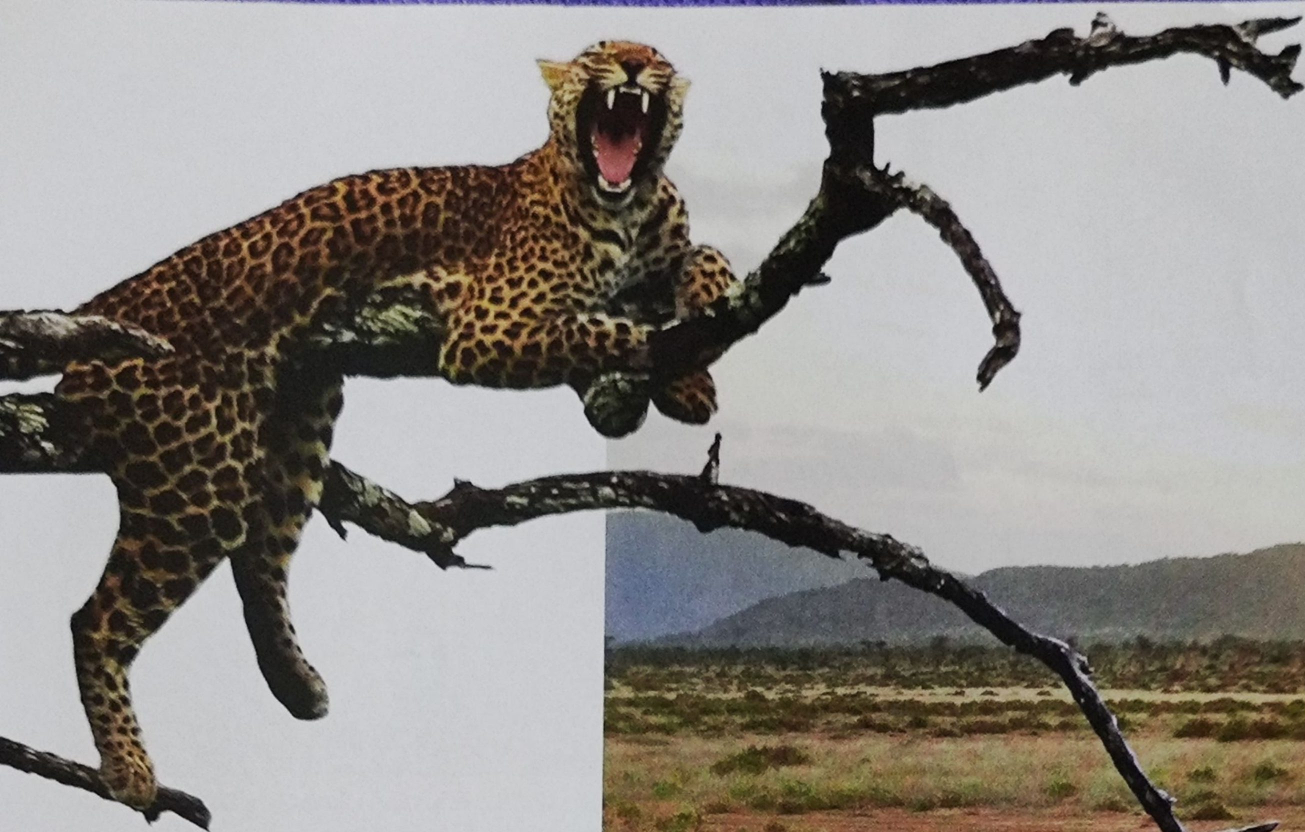
web de la revista **Forbes** posiciona al colombiano Jorge Luis Pinto en el penúltimo puesto, porque su remuneración asciende a 380 mil dólares.

La selección de Brasil, por estos días la más triste y aciaga de cuantas han jugado fútbol, lidera las clasificaciones de valor total de la nómina, cláusula de rescisión y valor promedio por futbolista, con las sumas respectivas de 692.4 millones de dólares, 2 mil 146 millones y 22.1 millón. El italiano Fabio Capello encabeza el tablero de salarios de los estrategas. Dirige a Rusia y se gana 9.6 millones de dólares.

Rusia salió en la primera ronda y Brasil habría preferido la misma suerte antes de padecer frente a los alemanes. Una sensación parecida a la vivida por la selección de Portugal, una seria aspirante al título, poseedora del jugador más caro de la historia y una promesa que se posterga cada cuatro años. Inglaterra e Italia salieron en la misma fase de Rusia y Portugal. Francia fue un telonero de una estrella de *rock* que no fue otra que Alemania.

Jorge Luis Pinto dedicó las victorias contra Uruguay e Italia al cerebro mayor del fútbol sazonado con soberbia. "Mourinho, uno de mis ídolos, dijo que no íbamos a sorprender dos veces a equipos grandes...", sentenció Pinto en una rueda de prensa. De manera que Costa Rica no cuenta con un gran presupuesto y tampoco goza de una posición privilegiada en el mercado bursátil del deporte rey. Con muy poco hace lo que puede. El diario **La Nación** de ese país tituló al otro día de la eliminación con Holanda: "Con el corazón roto, pero con el alma intacta". En Brasil sería: "Con el corazón roto, pero con el alma muerta".

Y solo es fútbol.



Llegamos al hotel en Botsuana, al sur de África, y nos dirigen hacia unas cabañas infestadas por babuinos. No sé si es debido a que comparten el 91% de su ADN con los humanos que se sienten demasiado cómodos alrededor de la gente; pero, por más que mi familia, el guía y yo nos acercamos, ellos no se percatan de nuestra existencia y siguen guindando del techo.

Entramos. Un fuerte cosquilleo nos recorre el cuerpo por miedo a que uno de estos animales se nos tire encima. Gracias al cielo no pasa, y los babuinos siguen ocupados acicalándose entre sí. Me preocupan los chillidos que emiten, porque me había imaginado ¡lo bien que iba a dormir esa noche!

Después de instalarnos, salimos en un *jeep* elevado, con un conductor y guía, y con un *cooler*, galletas, vino y café. Así comienza el safari. Si pudiese narrar todo sobre esta vivencia quizás me tomaría la revista entera, pero como el espacio es limitado, les contaré mis dos mayores experiencias en los safaris de Botsuana: 1. Lion King decía la verdad. 2. Lo viste todo si logras presenciar un *kill*.

sigue [+]

Parque Nacional de Chobe. Es la tercera reserva más grande de Botsuana. Grandes manadas de elefantes se desplazan por su territorio. NYT IMAGES

turismo_ #Chobe

De safari por Botsuana

Un paseo en el que se aprende sobre el ciclo de la vida. Donde se aprecia la naturaleza en su esplendor, en medio del acecho, rugidos, vuelos, carreras y depredación.

Lupita Humbert • vivirdominical@prensa.com



Autóctonos. *Los perros salvajes africanos, también conocidos como lobos pintados, están en peligro de extinción. Son muy sociales y cazan en equipo.* FOTOLIA

[+]

1. Lion King decía la verdad

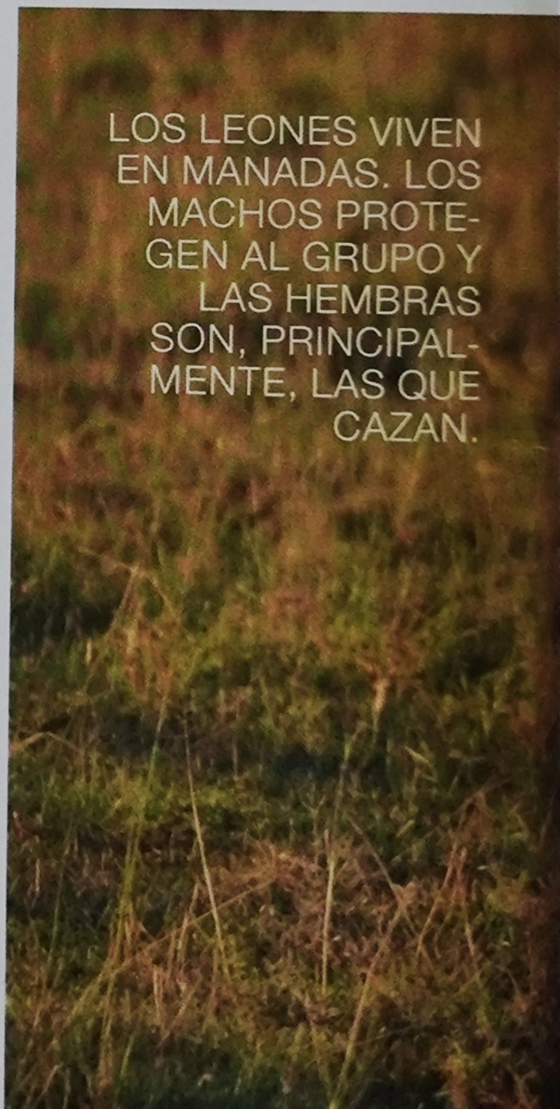
Iban a dar las seis de la tarde. Nos quedaba una hora más en el Parque Nacional de Chobe antes de que cerrara. Íbamos en el *jeep* por la calle de cemento en medio de una jungla densa, cuando el guía ve algo a lo lejos: buitres sobrevolando unos árboles. Como es bastante aventurero, se adentra en la selva por donde están los buitres; hazaña que en este parque es prohibida, pues es obligatorio quedarse en la calle y solo ver a los animales que decidan salir a la zona abierta.

Rodeados por árboles gigantes, vemos un gran búfalo muerto, totalmente hueco por dentro: todavía conserva su forma y piel, pero los órganos y el interior de su cuerpo han desaparecido. Se podrán imaginar el olor, las moscas, la sensación de tener grandes buitres volando encima esperando a comer un poco de carne muerta...

Minutos después, vemos a una leona saltar al suelo desde lo alto de un tronco. Camina hacia donde se encuentran dos leonas más, a menos de 15 metros de nosotros; por los frondosos árboles y la hierba alta, no nos habíamos percatado de que estaban ahí. El guía nos recuerda que los leones son los únicos animales sociales de la familia de los felinos: se mueven en manadas de alrededor de 15 miembros. Los machos protegen al grupo –sigue contando el guía– pero son las hembras, principalmente, quienes se encargan de cazar (entre el 80% y el 90%).

De repente, unas carcajadas ominosas interrumpen la voz del guía. Él, al igual que nosotros, abre mucho los ojos a la expectativa, y las tres leonas se mueven rápidamente hacia el búfalo, parándose en posición de alerta. Son hienas.

El guía maneja el *jeep* hasta volver a la calle de cemento. De un lado hay unas siete hienas y del otro van saliendo al claro las tres leonas a enfrentarlas. No es nada inusual que las hienas quieran robarse la comida de otros animales. Son conocidas por hacer esto, especialmente cuando solo hay hembras alrededor; son cobardes y "juegavivo". Mientras somos testigo de este encuentro, filmamos videos, sintiéndonos intrusos en una pelea entre animales; de todos modos, al igual que los babuinos, estos nos ignoran totalmente. Cuando estamos muy involucrados en esta experiencia VIP del mundo animal, el guía nos recuerda que el parque cierra a las 7:00 p.m.; es hora de regresar. "No, por favor, quedémonos a ver quién gana la pelea por el búfalo", susurrábamos (era lo más alto que podíamos hablar para no llamar la atención de los animales que ya estaban bastante alterados).


LOS LEONES VIVEN EN MANADAS. LOS MACHOS PROTEGEN AL GRUPO Y LAS HEMBRAS SON, PRINCIPALMENTE, LAS QUE CAZAN.

LOS BABUINOS SE ACICALAN ENTRE SÍ Y NO PARECEN NOTAR NUESTRA PRESENCIA.

De pronto llega el rey león. Las hienas se alejan. El gran macho camina hacia enfrente donde están las siete hienas amenazantes. Recuerdo el episodio de **Lion King** cuando tres malvadas hienas rodean a Simba, con el pecho en alto como si fuesen invencibles. Tan pronto llega Mufasa, el rey león, las hienas tiemblan del miedo... y así pasaba frente a mis ojos.

Es hora de irnos. Ya son las 7:20 p.m. y estamos arriesgando nuestras vidas en esta oscuridad en medio de la nada. Al día siguiente, volvemos al mismo lugar a plena luz del sol a ver qué encontramos. Al parecer, las hienas habían vencido. Lo que quedaba del búfalo en la jungla ya no estaba, y solo había un pedazo de costilla del lado en donde estaban las hienas el día anterior. El guía nos dice que quizás se habían peleado por la presa abatida y, como las hienas eran más numerosas que los leones, estas habían logrado robarse por lo menos la mitad del búfalo... Y con esta historia nos quedamos anonadados ante el episodio.

sigue [+]


FOTOLIA

[+]

2. LO VISTE TODO SI LOGRAS PRESENCIAR UN 'KILL'

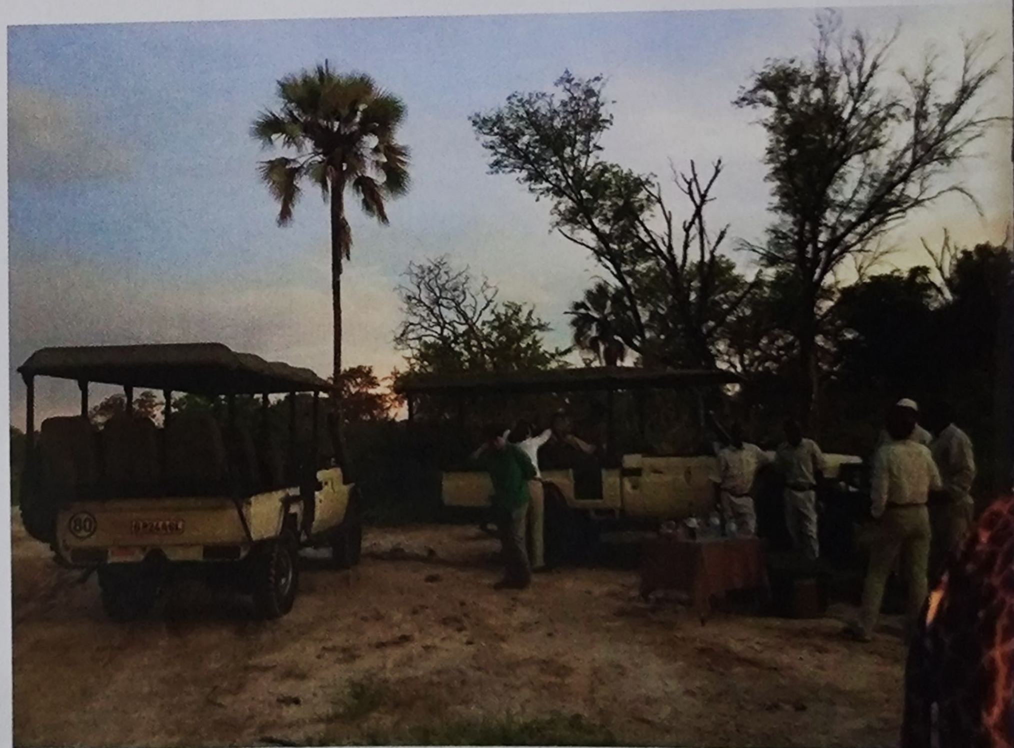
Casi todos los que van a un safari de este tipo tienen en su *bucket list* presenciar un *kill*, menos yo. Un *kill*, como lo llama el guía, es ver a un animal en su ambiente natural matar a otro. A medio día, nos topamos con una manada de perros salvajes. Según el guía, son los animales más difíciles de ver ya que están en peligro de extinción. También son los mejores cazando, porque lo hacen en grupos muy sincronizados y tienen una resistencia inigualable. Ellos son realmente sociales y se mantienen siempre unidos, con una estructura muy organizada.

EN EL PARQUE HABITA UNA GRAN CANTIDAD DE DEPREDADORES, ADEMÁS DE IMPALAS, BÚFALOS, CEBRAS, JIRAFAS Y AVES, ENTRE OTRAS ESPECIES.

Nos quedamos en el *jeep* frente al grupo de perros que estaban durmiendo en ese momento. Estuvimos 50 minutos en total silencio y con paciencia, esperando un movimiento. El guía insistía en que los perros estaban descansando para recobrar fuerzas e ir a cazar. Cuando mi hermano mayor está a poco de comenzar a roncar de tanto esperar, uno de los perros se levanta y, al instante, todos los demás se paran también en una formación que semeja un diamante. Es impresionante. Ni en una función de *ballet* después de 40 mil prácticas, mis compañeras y yo hubiésemos podido igualar un diamante tan perfecto como el de estos perros.

Entonces, la naturaleza sigue su curso. El guía acelera detrás de los perros que van a un paso, calmado pero constante, en una fila increíblemente coordinada. A lo lejos se ven





Transporte. *Los visitantes hacen el 'tour' en 'jeeps' elevados desde donde tienen una vista panorámica del entorno natural.*

LUPITA HUMBERT | CORTESÍA



Oportunistas. Las hienas son conocidas por robar comida de otros animales. MCT DIRECT

Impala. Una de las presas favoritas de los perros salvajes. MCT DIRECT



FOTOLIA

muchos "puntitos" chocolates moviéndose. Los perros salvajes aceleran el paso, y el guía, enloquecido, también acelera. Es una manada de impalas, elegantísimos antílopes pequeños. Los impalas son de las presas favoritas de los perros salvajes. Segundos después y tras gritarle al guía que prefería mantenerme viva (estaba acelerando y manejando como maniático) que presenciar un *kill*, los impalas comienzan a alargar sus finas patas dando saltos y tratando de escapar de los perros. Al momento que comienzan a alborotarse, toda la jungla se altera con ellos. Un león ruge. Pájaros revolotean frenéticamente. Cuarenta mil elefantes corren nerviosos alejándose del ojo de la tormenta. Y nosotros, desafiando las reglas de la selva, ahí nos quedamos, en medio de la acción, buscando el peligro. Y aun así, esto está en el *bucket list* de casi todos...

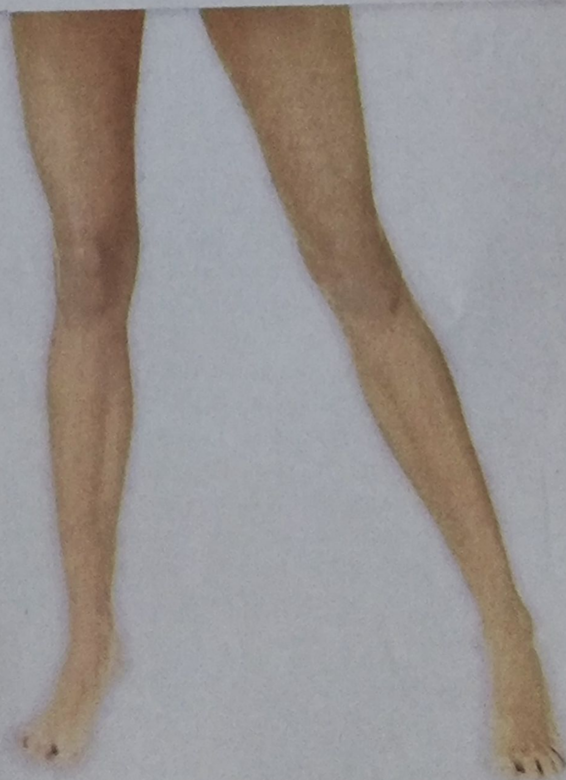
Tras unos 15 minutos de adrenalina, viene la mejor parte. Fue tan rápido que mis ojos no lograron captar la misma mordida, pero solo podía ver a los siete perros con costillas, orejas, piernitas de impala... Sangre entre sus filosos dientes...Y uno de ellos con la cabeza del antílope guindando. Me volteo a ver la cara de mi hermanito de 12 años y la pobre criatura se está persignando. Creo que no durmió por un mes. Esa noche había barbacoa, y no pretendía meterme carne de animal en la boca; prefería pasar hambre.

Llegamos al hotel, sucios pero relajados después de tanta actividad y diversión. Mientras esperábamos la barbacoa, unos hermanos se sentaron a jugar ajedrez, otros a descansar... mis padres, tomando vino. Había una tranquilidad en esas instalaciones en medio de la nada, en donde el entorno era salvaje, sin haber sido afectado por manos humanas: las ramas y árboles entrelazados en desorden demostraban la hermosa perfección imperfecta de la naturaleza. Pensando en las vivencias de los safaris, me di cuenta de que en estos lugares uno llega a aceptar lo que es natural y cómo es simplemente el ciclo de la vida: unos animales depredan a otros, algunos mueren perdidos; definitivamente, la vida en la jungla no es fácil. Pero así es, y hay que tomar la vida como se nos dé y sacar lo mejor de ella...



En internet, y especialmente en las redes sociales, se está dando un proceso global de cambios de códigos en relación con los conceptos locales de 'decencia' y los comportamientos. Se prevé que la transformación de los paradigmas culturales continuará.

Olga de Obaldía • **@okideobaldia** • vivirdominical@prensa.com



Desnudos, épocas y cultura. Las redes sociales fomentan conductas exhibicionistas y 'voyeuristas'. Lo que antes se consideraba indecente se empieza a normalizar. ¿Vivimos una involución social del concepto de privacidad e intimidad? FOTOLIA

El cambiante concepto de decencia en la era del exhibicionismo digital

Ya lo anunciaba Alvin Toefler a principios de la década de 1980: que el advenimiento de la sociedad de "tercera ola", esa sociedad postindustrial basada en el conocimiento, la tecnología y la información, traería una aceleración del cambio, la proliferación de subculturas y las adhocracias (ad hoc + cracia). La adhocracia es la ausencia de jerarquía, todos los miembros de un colectivo tienen autoridad para tomar decisiones y llevar a cabo acciones que afectan el futuro de la comunidad. Y si alguna vez hubo una colectividad horizontal, que no funciona por jerarquías, y que se adapta al cambio en una velocidad supersónica es la internet.

Tanto, que los conceptos tradicionales que regulaban la actuación de las personas en público, lo que era apropiado y "decente", pues ya no es válido en internet, que está desarrollando su propio código intersocial de valores y donde el valor de "mostrarse" es más importante que lo que tradicionalmente se consideraba digno de la privacidad y la intimidad en las sociedades occidentales.

¿Y QUÉ ES LO 'DECENTE'?

Del latín *decentia* se define como el recato, compostura y honestidad de cada persona. En nuestras sociedades occidentales, herederas de los códigos morales judeo-cristianos, lleva una conexión ineludible a la dignidad humana y tradicionalmente se ha asociado a la virtud de guardar el cuerpo y los pensamientos. Por eso suele asociarse la desnudez o provocación sexual pública como indecente. Sin embargo, aquí entramos en la relatividad que las idiosincrasias culturales imponen a esta valoración.

Jorge Montalván, médico y sociólogo, señala: *"La decencia tiene que ver con la definición que da la sociedad a los comportamientos adecuados, aceptables, sobre todo, pero no exclusivamente, los relativos al manejo del*

sigue [+]



Candor. *Los jóvenes deben entender que publicar material íntimo en internet tiene consecuencias. Ya han ocurrido suicidios como el de Amanda Todd, en Canadá.* FOTOLIA

[+]

cuerpo humano. Por ejemplo, la decencia era estrictamente determinada en la Inglaterra victoriana, con códigos referentes al lenguaje, vestimenta, actos corporales como el tono de la voz o comer, etc. En sociedades amazónicas que andan desnudas hay, sin embargo, otros códigos para el manejo del cuerpo desnudo al caminar, sentarse, etc.".

En internet, no obstante, especialmente en las redes sociales, se está dando un proceso global de cambios de códigos. La muy anunciada era de la información se ha convertido en la era de la exposición, según la denomina la doctora Ana María Munar, de la Escuela de Negocios de Copenhague, en su ensayo titulado "Exhibicionismo digital: la era de la exposición", publicado en **Culture Unbound**, revista de investigación cultural de la Universidad de Linköping (*www.cultureunbound.ep.liu.se*).

Munar afirma que las nuevas tecnologías digitales usadas en las redes sociales para comunicarse a través de textos, imágenes y videos están teniendo impactos culturales inesperados: *"el poder de estas tecnologías como agentes de cambio sociocultural, además de proporcionar realización individual y un placer mediado, estas tecnologías fomentan conductas exhibicionistas y voyeuristas, eludiendo la reflexividad y mostrando tendencias autoritarias y nuevas posibilidades de control social".*

Alude Munar a la vulnerabilidad del

Exhibicionistas y 'voyeuristas'

• En esta era de exhibición personal, los sociólogos de las redes han identificado dos tipos de personalidades que se definen claramente en internet: los exhibicionistas y los *voyeuristas*.
Todos tenemos ese amigo o amiga en Facebook o Instagram, inconsciente del exhibicionismo al que nos somete, que no para de subir fotos de sí mismo, solo, en diversas poses, y reporta banalidad tras banalidad, mostrando de alguna manera esa vida que quisiera tener, no la que en realidad tiene. En muchos casos, pura actividad aspiracional.
Cada día son más comunes los casos que llegan a la opinión pública de actividades de adolescentes en las redes sociales, donde se ponen en peligro por exposición inadecuada. Las mujeres, por alguna razón, parecen más vulnerables a este fenómeno, en todas las edades, desde adolescentes hasta la edad madura. Son vulnerables a una ansiedad generada por el deseo de obtener *likes* y *reposteos* de su información.
En Twitter, este exhibicionismo se manifiesta en forma distinta y en Panamá, especialmente, donde el medio se ha convertido en un termómetro de actividad política, está más relacionado con la necesidad de difundir la opinión sin que medie una autoridad editorial –como en los medios tradicionales– que juzgue valiosa una opinión sobre otras. En todos los casos, el valor lo determina la masa de usuarios que retroalimente positivamente al que se comunica.
Los *voyeuristas* son más difíciles de detectar, pero están ahí: los que dedican tiempo a ver interminables *posts* de las vidas de otras personas, sin postear ellos mismos, siendo vulnerables a estarse comparando con esas vidas aspiracionales reflejadas en las redes.
Sin embargo, no todo el que no postea y solo observa es un *voyeur*. Entra aquí un sesgo generacional casi imposible de entender para la generación de los *millenials* con su empoderamiento generalizado: la gente que se formó antes del advenimiento de las redes sociales tiene un concepto de privacidad y modestia muy distinto.

individuo a modificar su concepto de lo que es apropiado exhibir de sí mismo en público a las nuevas presiones y convenciones de lo que más recibe realimentación en la red; es decir, a merced del refuerzo positivo de la conducta impulsiva. Interesante proceso que parece contrario al llevado hasta ahora por las sociedades que van formando su concepto de lo apropiado a través de la desaprobación social de lo que rompe o amenaza con el orden.

Montalván nos dice: *"La globalización en la red impacta por supuesto los conceptos locales de decencia, pero no en sentido único. Debo esperar que comportamientos locales puedan a su vez impactar conceptos globales. Siempre los procesos de aculturación van en ambos sentidos, como bien se ve al examinar cualquier proceso de aculturación colonizadora. Por ejemplo, en Panamá el desnudo casi total femenino en una playa se está haciendo cada vez menos indecente en ciertos grupos sociales, pero no así el desnudo masculino. Entre los emberá es aceptable, sin embargo. Queda por ver cómo se dará la evolución de estos comportamientos"*.

DE LO ÍNTIMO A LO PÚBLICO

Dejando por fuera el uso de las redes para la pornografía pura y dura no porque no sea importante –después de todo ocupa aproximadamente 20% de todo el uso de la red según la revista **Forbes**— sino porque lo que me ocupa es la conducta del individuo común y corriente que, en su afán de subir a la red información sobre sí mismo, transforma el concepto de lo que aprendió que era apropiado. La necesidad humana de llevar récords biográficos ha estado siempre, desde las pinturas rupestres, pero la veta narcisista y exhibicionista que han desatado las redes sociales, no tiene paralelos en la historia.

Elena Vallarino, psicoterapeuta del Centro Psicológico Especializado, señala que *"es un hecho que el concepto de moral ha cambiado en las últimas generaciones y es un hecho también que no hay respuestas que puedan regular estos cambios; pero, ¿cómo una persona va perdiendo su nivel de inhibición moral? Pues, porque la exposición a internet y al medio la va insensibilizando y las conductas que antes se consideraban indecentes se empiezan a normalizar"*.

Desde exponer el cuerpo desnudo, mostrar las emociones en público, hasta hacer funciones biológicas a la vista de los demás, una serie de conductas que eran reservadas para la intimidad está siendo expuesta a todos. Es como si asistiésemos a una involución social del concepto de privacidad e intimidad.

Mónica Valencia de Castro, psicoterapeuta miembro de la Fundación de Relaciones Sanas, agrega: *"Desde mi punto de vista, este tema tiene que ver más con la intimidad que con el concepto social de lo que es 'decente', ya que ese concepto tiene una connotación de juzgamiento que puede variar de acuerdo con las distintas sociedades. Las transformaciones ocurridas en internet*

sigue [+]



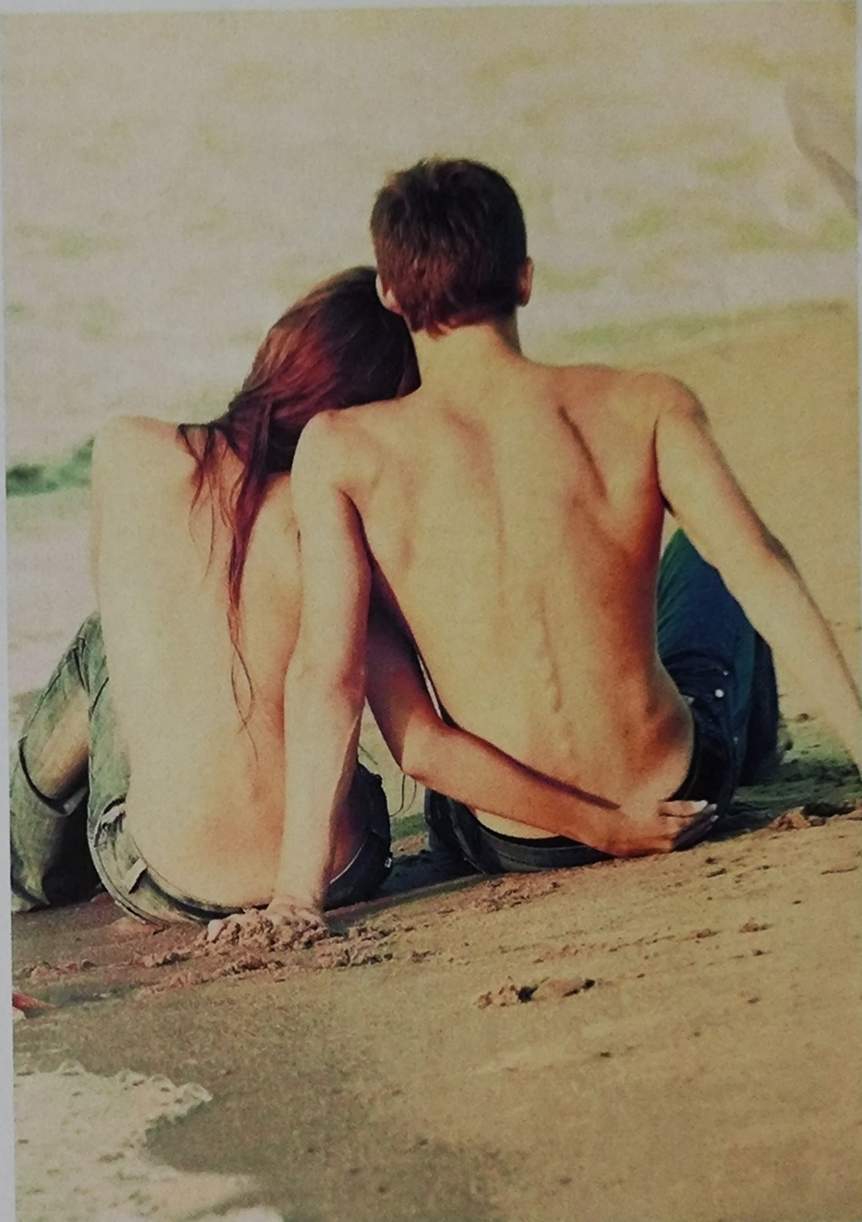
¿Aculturación? *Exponer el cuerpo desnudo, mostrar las emociones, hasta hacer funciones biológicas, conductas que eran reservadas para la intimidad, son expuestas a todos.* FOTOLIA

sigue [+]

están dando como resultado que el espacio entre lo que es público y lo que es privado esté muy tenue. Sobre todo, a los niños y jóvenes hay que explicarles las complicaciones que son consecuencia de que su intimidad esté por ahí, expuesta a la vista de todos en las redes. Un ejemplo es que en la intimidad tal vez tú puedes hacer cualquier cosa con tu pareja, pero no puedes llevar eso al ámbito público".

Una nueva concepción

Vallarino menciona que, tal como ya lo anunciaba el pensador argentino José Ingenieros, *"la moral tiene que estar en función al hombre en su momento histórico y responder a las necesidades de la época del hombre. Hay un concepto de moral abierta y uno de moral cerrada, inamovible, pero la que sirve al hombre en su evolución es la moral abierta, la moral que facilita el movimiento. Aunque, claro, sí hay valores universales que siempre son mantenidos, como no matarás o no tomarás lo que no te pertenece, porque atentan contra la existencia misma del hombre".*



***Igualdad.** El movimiento 'Liberar el pezón', que es apoyado por celebridades, promueve la igualdad sexual y ataca la censura contra los pezones femeninos.* FOTOLIA

Vivimos una era en la que el cambio es tan drástico y vertiginoso que elevar los brazos al cielo y condenar la inmoralidad no tiene impacto ni significado alguno, la globalidad de la internet ha evidenciado que salvo a través de sistemas de censura, como los que aplica China e India al contenido de la red, no hay manera de detener las transformaciones y los nuevos paradigmas culturales.

Las compañías que proveen plataformas sociales basadas en Estados Unidos, por ejemplo, han tenido que ir modificando sus términos de uso en la medida que sus usuarios vienen de otras culturas mucho más libres y permisivas con mostrar el cuerpo humano.

Como bien concluye Montalván: *"Todos los comportamientos humanos adquieren una significación humana. Ese significado puede ser personal, único, o social. Sin embargo, no somos tan originales nada, pues desde que nacemos vamos adquiriendo una concepción general del mundo, que es una elaboración de la sociedad y que cambia también por designio social".*

En la adhocracia de la que todos somos parte en la red, cada contribución cuenta. Tal como hoy nos parece ridículo al parámetro que hace 100 años tachaba de indecente a una mujer que usara pantalones, ¿qué tacharán de ridículo las generaciones criadas en la red?

La guerra del pezón en EU: ¿preso o liberado?



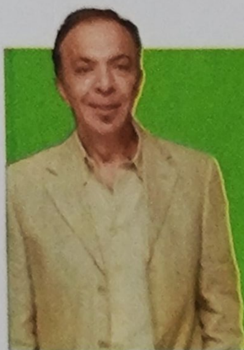
Natural o ilegal. *En 35 estados de EU es ilegal que una mujer lleve el pecho desnudo, aun si es para amamantar.* FOTOLIA

• Este tema de lo que es 'decente' y aceptable y lo que no lo es en las redes sociales ha tenido gran exposición pública en el último año en relación con mostrar los pezones femeninos en Estados Unidos (EU), una sociedad tradicionalmente regida por los valores puritanos que identifican la desnudez con la indecencia.
¿Quién no se acuerda cuando en 2004 a la cadena estadounidense CBS las autoridades le impusieron una multa de más de medio millón de dólares por el accidente de vestuario que mostró el pezón de la cantante Janet Jackson en el *show* de medio tiempo del Super Bowl? ¿Cuántas multas le pusieron a la cadena porque el cantante de Red Hot Chilli Peppers hiciera el mismo *show* este año sin camisa mostrando los pezones? Pues, ninguna. Y por ahí va el discurso del movimiento 'Free The Nipple' (Liberar el pezón) iniciado por la activista Lina Esco con su filme del mismo título, disponible en la red en *www.freethenipple.com*. La iniciativa se autoproclama como un movimiento de igualdad sexual, cuya misión es 'empoderar' a las mujeres en todo el mundo. Se posiciona contra la opresión femenina y la censura, tanto en EU y alrededor del mundo.
Partiendo como base de que hoy día en EU es ilegal que una mujer lleve el pecho desnudo en 35 estados, aunque sea para amamantar. El movimiento busca cambiar esta desigualdad a través del cine, las redes sociales y una campaña que incluye a celebridades.
En las últimas cuatro semanas ha sido imposible no enterarse de que "el pezón necesita ser liberado" por las muy publicitadas batallas que a favor de la causa han librado Scout Willis (hija de Demi Moore y Bruce Willis) y la cantante Rihanna, que han tenido en Instagram por colgar en sus cuentas fotos de ellas mismas exponiendo sus senos en apoyo a Free The Nipple. La primera se paseó por Nueva York desnuda de la cintura para arriba y la segunda mostró sus pezones a través de un vestido transparente. La guerra del pezón en Instagram también ha alcanzado a civiles comunes y corrientes, como la madre canadiense a quien Instagram le cerró la cuenta por publicar una foto de sí misma amamantando.





Facebook, por su parte, claudicó en enero de este año y "liberó el pezón" cuando cambió sus términos de uso después de numerosas guerras muy publicitadas donde removió las fotos de usuarias amamantando. A partir de enero, los términos de uso de Facebook dicen: "Estamos de acuerdo en que la lactancia materna es natural y hermosa, y estamos contentos de saber que es importante que las madres compartan sus experiencias con otras personas en Facebook". Lo interesante aquí es que Facebook no actúa espontáneamente como "policía" del contenido, sino que los usuarios son quienes objetan contenidos y cuando los reportan como ofensivos o abusivos es que son removidos.
El concepto de lo que es decente y aceptable se transforma no día a día, sino minuto a minuto en la red.



Convivir con un chihuahua

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com



Límites. No se deben cargar si están alterados ya que la altura les dará dominancia y poder. GERARDO GANDSAS | CORTESÍA

ES IMPORTANTE EVITAR CAÍDAS O GOLPES QUE PODRÍAN SER LETALES. LA REVISIÓN VETERINARIA REGULAR ES ESENCIAL.

Convivir con un chihuahua seguramente traerá a su vida un sinnúmero de buenos momentos que quedarán por siempre marcados en su corazón, pero es importante conocer a profundidad a quien tendremos por muchos años como una sombra a nuestro lado antes de elegirlo como compañero.

Esta raza es, sin duda, el ícono de los perros pequeños y esto genera muchísimas confusiones, ya que este atributo se le relaciona equivocadamente con un perro débil, de poco carácter, tranquilo y sin demasiados requerimientos.

El chihuahua es lúcido, intrépido, territorial y, si bien su talla lo hace fácil de manejar físicamente, su carácter no es tan sencillo de gobernar.

Es una de las razas caninas más incomprendidas y es así que los resultados saltan a la vista, cuando muchos de ellos presentan serios problemas de conducta que van desde la timidez hasta la agresión.

Educar correctamente a un chihuahua no requiere de un conocimiento especial, el único secreto es tratarlo como a cualquier perro y satisfacer las necesidades de su especie.

Es comprensible que las personas sean manejadas por este kilogramo de ternura y, por ende, se les permita hacer cosas que jamás dejaríamos a un perro mediano o grande, es así que luego vienen las quejas.

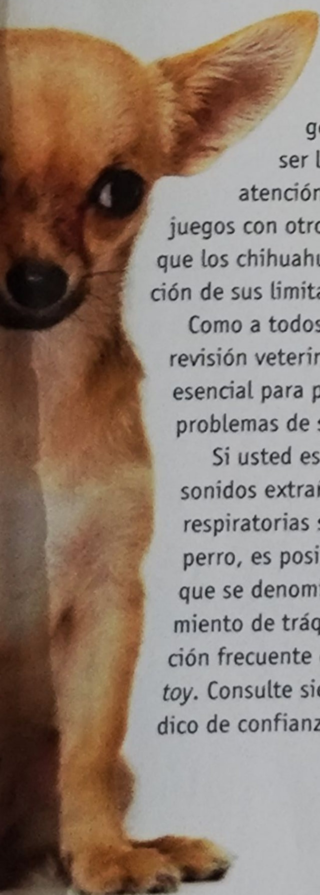
Son excelentes guardianes de aviso y lo manifiestan ladrando, pero no hay que dejar que esto se transforme en su forma permanente de comunicarse, ya que pueden tornarse un tanto incisivos.

Es un animal netamente de compañía, gozará de las caricias tranquilas y cuanto más pegado esté al cuerpo de su gente, más a gusto se sentirá; sin embargo, hay que recordar que debemos ser nosotros los que siempre marquemos los límites de cuándo y hasta dónde, ya que de otra forma la relación se tornará patológica y no se disfrutará al máximo.

Hay que evitar cargarlos en brazos en estados de alteración, porque la altura les otorgará poder y dominancia.

Muchos machos suelen levantar la pata en cualquier lado a modo de marcar territorio y esto no es sencillo de resolver, se deberá ser enérgico en este tema y corregir solo en el momento de la acción.





Es importante evitar caídas o golpes que podrían ser letales y poner atención en el caso de juegos con otros perros, puesto que los chihuahuas no tienen noción de sus limitaciones.

Como a todos los animales, la revisión veterinaria regular es esencial para prevenir posibles problemas de salud.

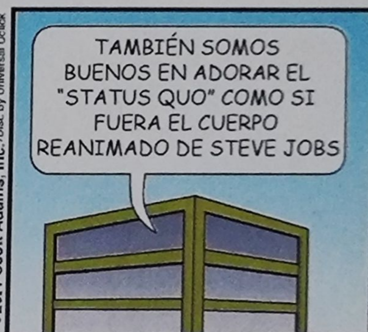
Si usted escucha algunos sonidos extraños en las vías respiratorias superiores de su perro, es posible que tenga lo que se denomina angostamiento de tráquea, una afección frecuente en varias razas *toy*. Consulte siempre a su médico de confianza.





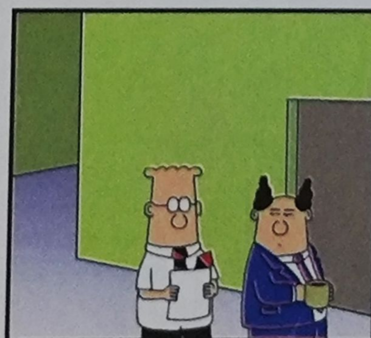












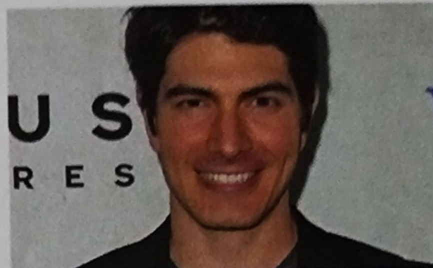


TAYE DIGGS EN LA SEXTA TEMPORADA DE 'THE GOOD WIFE'



Taye Diggs, famoso por su papel en **Private Practice**, tendrá un papel recurrente en la sexta temporada del popular drama político **The Good Wife** como Dean Levine, abogado y socio capitalista que decide unirse a la nueva firma de Alice (Julianna Margulies) y Cary (Matt Czuchry).

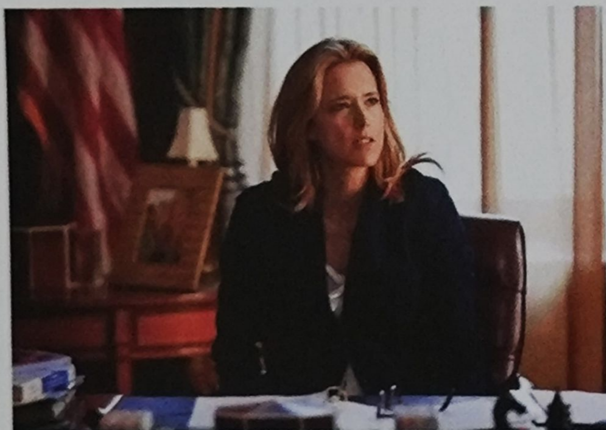
BRANDON ROUTH SERÁ SUPERHÉROE OTRA VEZ



Brandon Routh (**Man of Steel**) tendrá la oportunidad de sentirse como un superhéroe otra vez: interpretará a El Átomo en la tercera temporada de la serie **Arrow.** Routh será Ray Palmer, el nuevo dueño de la empresa Queen, y tendrá un rol inesperado.

'MADAM SECRETARY', ¿OTRO DRAMA POLÍTICO ADICTIVO?

Melissa Pinel Z. • mpinel@prensa.com





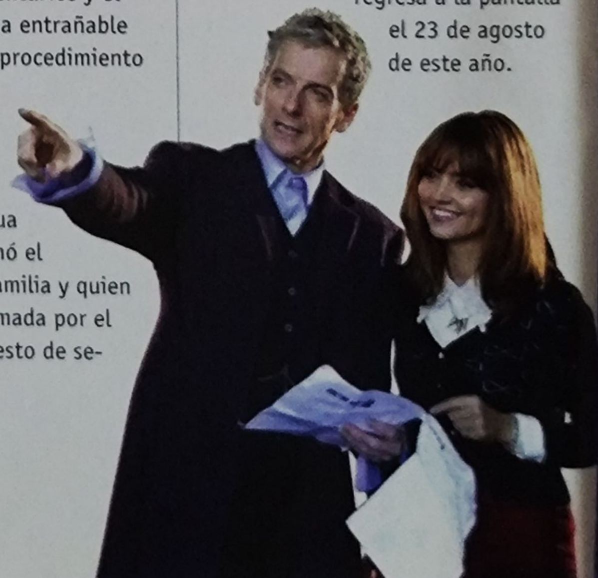
No cuesta admitir que en los últimos años nos han acostumbrado a buena televisión: con Carrie en **Homeland**, Frank en **House Of Cards** y Walter en **Breaking Bad**, es difícil no esperar personajes igual de profundos e intrigantes de cada producción. O al menos de cada drama que pretenda ser exitoso.

Un *show* que espera unirse a la lista de éxitos es el drama político **Madam Secretary**, que se estrenará en la segunda mitad del año. Protagonizado por Tea Leoni, quien magistralmente nos hizo reír en **Fun with Dick and Jane**, la nueva serie -por lo que los primeros comentarios y el *trailer* demuestran- parece una entrañable mezcla de política, drama de procedimiento y humor, una variante que no tiene protagonista femenina todavía.

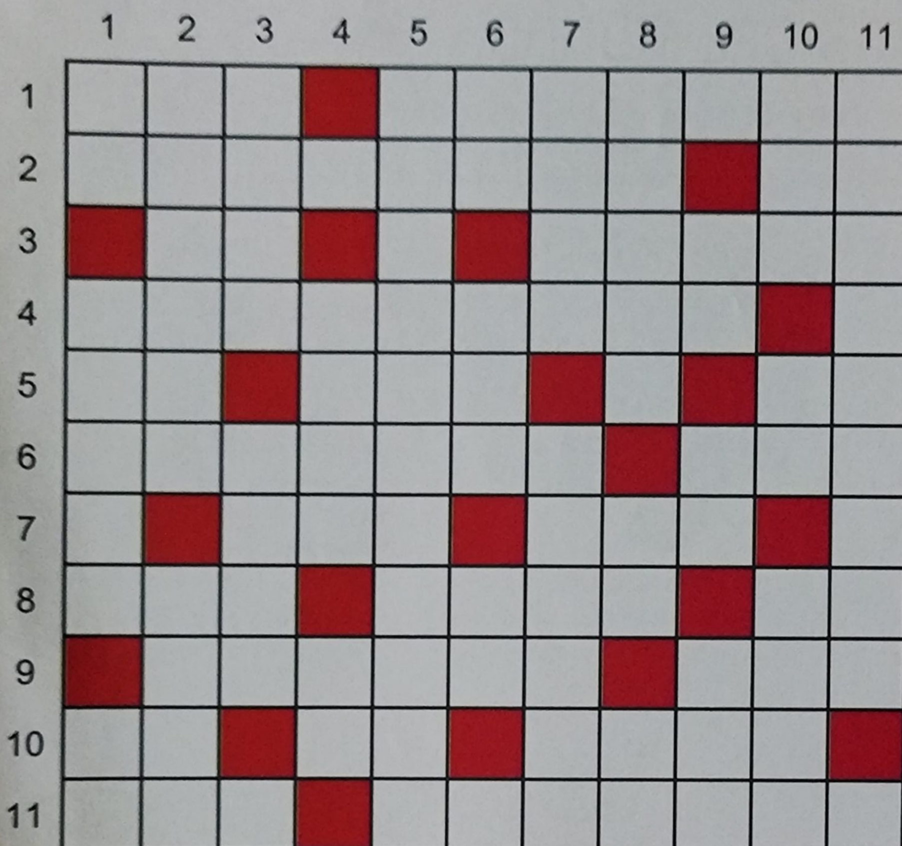
En **Madam Secretary** Elizabeth Faulkner es una antigua agente de la CIA que abandonó el trabajo para dedicarse a su familia y quien regresa al Gobierno al ser llamada por el Presidente para ocupar el puesto de secretaria de Estado.

FILTRAN GUION DE 'DOCTOR WHO'

Existen producciones en las que conocer unos cuantos detalles no causa revuelo; pero, cuando se trata de **Doctor Who**, los seguidores aseguran que no es lo mismo. La serie británica, considerada de culto por su audiencia internacional, ha sufrido uno de los percances más temidos: los guiones de 5 episodios de la nueva temporada se filtraron a internet. La BBC, cadena responsable de la producción, pidió discreción y se cree que la filtración se produjo cuando el material fue enviado a Miami, donde se encuentra el centro de operaciones de la BBC de Latinoamérica. **Doctor Who** regresa a la pantalla el 23 de agosto de este año.



[CRUCIGRAMA]

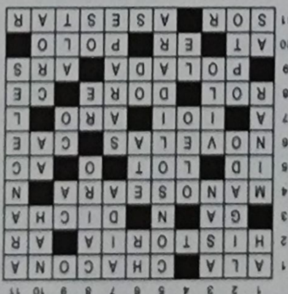


HORIZONTAL

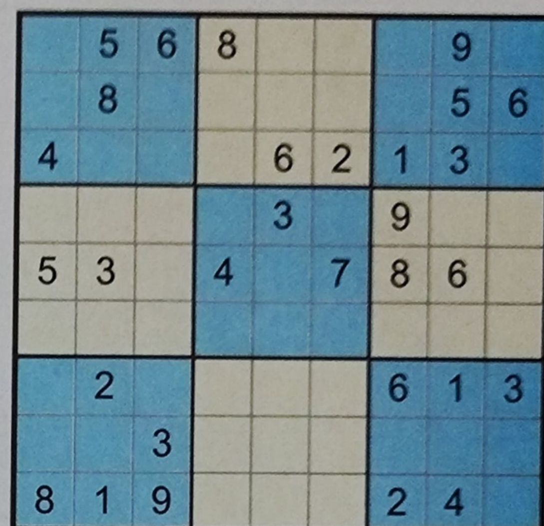
1. Apéndice que utilizan las aves para volar. Baile español de los siglos XVI y XVII.
2. Exposición de los acontecimientos pasados. Voz castrense.
3. Símbolo del galio. Suerte feliz.
4. Tocará repetidamente algo.
5. Caminad hacia otro lugar. Sobrino de Abraham. Símbolo químico del actinio.
6. Obras literarias en prosa. Se precipita al suelo.
7. Siglas de International Olympiad in Informatics. Argolla o anillo grande.
8. Función que alguien o algo cumple. Tosté ligeramente algo de comer. Cerio.
9. En Costa Rica, acción que denota mal gusto. Comuna francesa situada en Charente.
10. Antiguo Testamento. Terminación verbal. Cada uno de los terminales del circuito de una pila.
11. Nombre dado a las religiosas. Dirigir un arma hacia el objeto que se quiere amenazar.

VERTICAL

1. Voz usada para denotar pena. Consumir, destruir poco a poco. Persona que sobresale en una profesión.
2. Unión o enlace de las letras en la escritura. Escojo algo.
3. Sienten extremado calor. Con indecisión, inquietud y zozobra.
4. Técnica pictórica. Pronombre dativo.
5. Dará firmeza y solidez a algo.
6. Iniciales de Haydee Ramírez. Grupo separatista vasco. Dios nórdico.
7. Ópera compuesta para la inauguración del canal de Suez. Frazada de lana o algodón de colores vivos para abrigarse.
8. Capital de Egipto. Segunda en la escala musical. Símbolo del osmio.
9. Componente esencial de los huesos. Cobalto. Tecla de alternativa en el computador.
10. Revista argentina de humor. Pila común. Imita el canto de la rana.
11. Tarifa oficial que determina los derechos de Aduana.



[SUDOKU]



[SUMANDO]

?	x	?	+	?	=	31
x		x		x		
?	x	?	x	?	=	432
x		-		+		
?	+	?	x	?	=	72
=		=		=		
144		22		65		

[SOLUCIONES]

3	5	6	8	1	4	7	9	2
2	8	1	3	7	9	4	5	6
4	9	7	5	6	2	1	3	8
1	6	8	2	3	5	9	7	4
5	3	2	4	9	7	8	6	1
9	7	4	1	8	6	3	2	5
7	2	5	9	4	8	6	1	3
6	4	3	7	2	1	5	8	9
8	1	9	6	5	3	2	4	7

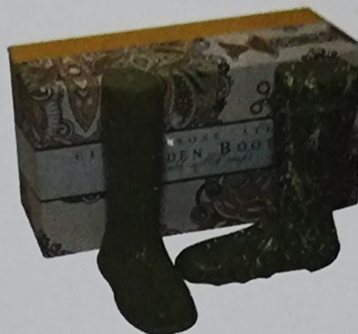
8	x	3	+	7	=	31
x		x		x		
6	x	9	x	8	=	432
x		-		+		
3	+	5	x	9	=	72
=		=		=		
144		22		65		

Tendencia exótica

ACENTOS DEL MUNDO

Desde jabones de baño y cojines hasta jarrones con influencia oriental, de países lejanos y memorias inolvidables. Apueste por esta preferencia en los objetos de uso diario y vuélvase un *globetrotter* de la decoración.





LA VIDA IMITA EL ARTE. Similar a las botas Hunter, estos jabones con olor a rosa no pueden faltar en su baño de visita. **(Miscellany)**

INSPIRACIÓN FRANCESA. Imagine este jarrón con una flor en una esquina soleada de su casa. Simplemente, perfecto. **(Miscellany)**



IDEAL PARA EXTERIORES. Ya sea que quiera recrear un oasis en su patio o una cabaña junto a la piscina, estos cojines, además de cómodos, son ideales como elementos decorativos que resaltarán cualquier mueble. **(Zara Home)**



A LUZ DE UNA VELA. Si busca aromas agradables que le levanten el ánimo o le quiten el estrés, pruebe con lavanda, madreselva, vainilla o peonia. **(Miscellany)**



LAQUEADO Y ESTAMPADO HORIZONTAL. Un mueble diferente, pero discreto para guardar la vajilla. El banquillo estampado definitivamente causará furor. **(Kobo Design)**



SUSCRÍBETE O RENUEVA TU PLAN

VIP PLUS DE B/.98.00

Y recibe un certificado de regalo por B/.40 de



Examen ocular de cortesía



Club de Suscriptores La Prensa

av915912

Con la suscripción recibirás:

- Publicaciones especiales y tus revistas favoritas
- Acceso ilimitado a contenido web y móvil
- Dos tarjetas del Club de Suscriptores con descuentos en más de 180 establecimientos en todo Panamá
- Foto de cortesía en Reseña
- Entrada gratuita al Museo del Canal Interoceánico de Panamá, válido por 2 años, solo para el tarjetahabiente



Únete AL CLUB

del que todos hablan

   club.prensa.com

222-1222 suscripciones@prensa.com

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Promoción válida del 26 de junio al 31 de julio de 2014. Un certificado de Óptica Sosa y Arango por B/.40.00 a favor del suscriptor por suscripción pagada. El certificado podrá ser utilizado en las sucursales de Óptica Sosa y Arango en todo el país hasta el 30 de septiembre de 2014. Válido hasta agotar 300 certificados. Solo aplica para compras en mercancía a precio regular, no aplica en lentes de contacto ni con descuentos corporativos o de jubilado.



¡Gánate el mundo con Citi!

Gana un viaje para ti y un acompañante al destino que desees. Utiliza tus Tarjetas de Crédito Citi LifeMiles y entra al sorteo por cada $50 de consumo.

Promoción válida hasta el 31 de julio 2014.



Más información en
www.citi.com.pa

Banco Citibank (Panamá), S.A. Citi y el diseño del arco es una marca registrada de servicios de Citigroup Inc. Tasa regular efectiva para tarjetas Citi LifeMiles de 16% a 19.03% anual. Solicitud de tarjetas nuevas sujeto a verificación de documentación y aprobación crediticia. Promoción **"Te regalamos el mundo"** válida al 31 de julio de 2014. Aprobado por Resolución de la JCJ Nº 0622 del 09 de junio de 2014. Exclusiva para tarjetahabientes de Citi LifeMiles Real Platinum y Citi LifeMiles Infinite. Se generará 1 boleto electrónico por cada B/.50.00 de compra con las tarjetas de crédito participantes. La Tómbola se celebrará el 11 de agosto de 2014. El cliente escogerá el destino de su preferencia. La acreditación de millas se realizará a su cuenta Lifemiles y hasta un máximo de 90,000 millas por persona. Promoción válida originando en Panamá hacia cualquier destino operado por la red de Star Alliance al destino escogido (sin paradas). LifeMiles es una marca registrada de LifeMilesCorp. Aplican Términos y Condiciones del programa Lifemiles que puede verificar en www.lifesmiles.com. No participan colaboradores de Banco Citibank (Panamá), S.A., tarjetas de crédito Corporativas, Business y Purchasing. Sólo participan personas naturales. Ver documento de Términos y Condiciones de la promoción en www.citi.com.pa. Lo servicios obtenidos con esta promoción son responsabilidad única de quien los ofrece.

IMPRESO • DIGITAL • RADIO

Xtra 2014

BUSCA TODOS LOS DÍAS LA MEJOR COBERTURA EDITORIAL, DEL **12 DE JUNIO AL 13 DE JULIO**, Y ACCEDE A NUESTRO SITIO ESPECIAL

xtramundial.prensa.com





Xtra en la radio 2014

30 minutos con las voces experimentadas de Oscar Castaño y Henry Cárdenas, periodistas de La Prensa, todos los días de 6:30 p.m. a 7:00 p.m. desde el 4 de junio por Radio Panamá 94.5 FM.

Síguelo online por xtramundial.prensa.com

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

/prensacom @prensacom @prensacom prensacom1